

聖衣會在俗會避靜 2016

香港聖衣會在俗團體 2016 年避靜

彭志順神父（聖衣會）

（一）主題介紹

「天主為愛祂的人所準備的……」格前二 9

1. 依撒意亞六十四 1-4

- 有如火怎樣燒乾了水，火也怎樣燒毀你的敵人，好使你的敵人認識你的名，使萬民在你面前戰慄，
- 因為你行了誰也想不到的驚人事蹟；【你下降，使山嶺在你面前震盪。】
- 是人從未聽過的，耳朵從未聽過，眼睛從未見過你以外，有一個神對依靠自己的人如此行事的。
- 你是歡迎那些履行正義和紀念你道路的人；但是，看，你發了怒，我們仍犯罪如初，仍照舊違叛你。

2. 格林多前書二章 6-8

- 我們在成全的人中，也講智慧，不過不是今世的智慧，也不是今世將要消滅的權勢者的智慧；
- 我們所講的，乃是那隱藏的，天主奧秘的智慧，這智慧是天主在萬世之前，為使我們獲得光榮所預定的；
- 今世有權勢的人中沒有一個認識她，因為如果他們認識了，決不至於將光榮的主釘在十字架上。

格林多前書二章 9-11

- 經上這樣記載說：『天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，心所未想到的。』
- 可是又主藉著聖神將這一切啟示給我們了，因為聖神洞察一切，就連天主的深奧事理也洞悉。
- 除了人內裏的心神外，有誰能知道那人的事呢？同樣，除了天主聖神外，誰也不能明瞭天主的事。

格林多前書二章 12-13

- 我們所領受的，不是這世界的精神，而是出於天主的聖神，為使我們能明瞭天主所賜與我們的一切。
- 為此，我們宣講，並不用人的智慧所教的言詞，而是用聖神所教的言詞，給屬神的人講論屬神的事。

格林多前書二章 14-16

- 然而屬血氣的人，不能領受天主聖神的事，因為為他是愚妄；他也不能領悟，因為這些事只有藉聖神才可審斷。
- 惟有屬神的人能審斷一切，但他卻不為任何人所審斷。
- 經上說：『誰知道上主的心意，去指教他呢？』可是我們有基督的心意。

3. 主題介紹二 — 詮釋與實踐

- 主題介紹：聖經基礎
- 接受基督是神聖
- 被聖神光照

- 不斷研究：基督的生命、被釘在十字架、神聖智慧的存在。
（所以眼、耳、心／思／知）
- 奧秘被揭示（參考哥一 26） - 世俗曾經未知；在暗處揭示及在遙遠的語言.....現在被聖神揭示了

4. 格前二 6-16 詮釋

- 揭示什麼：耶穌基督是光榮的上主
- 若我們知道偉大救恩計劃是的天主智慧，我們一定接受許多事情。。。
 - 所以你若愛天主，願意等待天主，天主將揭示給你這些「未知」的事情。而這些東西是感官無法探索的；耳朵無法聽到的教導；心無法接受的。
 - 我們只能接受這些東西就如它在聖經裏而豎立；就如天主願意它被揭示給我們。

5. 我們的方法論：內化、整合、目標、配合

（二）天主的多彩多姿

1. 你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們。
(瑪竇福音六 33)
- 2 格前二 9-11
經上這樣記載：『天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，心所未想到的。』

可是又主藉著聖神將這一切揭示給我們了，因為聖神洞察一切，就連天主的深奧事理也洞悉。

除了人內裏的心神外，有誰能知道那人的事呢？同樣，除了天主聖神外，誰也不能明瞭天主的事。

3. 哥羅森一 26

這道理就是從世世代代以來所隱藏，而如今卻顯示給祂的聖徒的奧祕。

4. 在這奧秘內，讓我們在慈悲內接軌，而接軌的果實就是治愈

5. 艱辛的工程，天主慈悲助我們，也因為天主的名字是慈悲

6. 厄則克爾十六 54-63

「為叫你承受你應受的羞辱時，你對自己所行的一切自覺慚愧，可使她們略得寬慰。

然而我還紀念同你在你青年的時日所立的盟約，並且還要同你結一個永久的盟約。

我要與你重訂盟約，你要承認我是上主，為的是當我寬恕你所行的一切時，你一回想就慚愧，面對這恥辱再不敢開口」

7. 新的盟約 — 天主降生成人

十字架的瑪利亞，看到她的兒子全然奉獻自己，揭示實踐愛就如天主愛了我們一樣。

在那一刻，耶穌說：「父啊，寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」（路加廿三 34）

這仿佛是來自童年的一句話……

8. 慈悲禧年的基礎是福音
慶祝慈悲喜年 — 回到福音
回到福音，探索真理，鼓起勇氣，
進入黑暗，不染不濯，慈悲入世，
感同身受，神光四射，慶祝慈悲。

9. 回到福音，讓慈悲孕育，互動，運作，發展
所以必須進入「黑暗」：
意識罪惡，關心病患，懇求寬恕，信賴救贖，互相扶持，憐憫
灌溉，腳踏實地。
我們真的太需要慈悲了！

10. 在教會內，慈悲如無限大海
慈悲的學問：赦免與祝福

11. 天主確實愛我們—溫柔、慈悲、憐憫，如同愛嬰孩

12. 回應天主奧秘吧！
拆掉牆壁，不對慈悲暴力，甦醒良心

13. 耶城主教聖啟祿要理書：「我要及時認罪求赦」

那仍然穿著罪惡粗劣外衣的人，必將站在基督的左邊，因為他沒有藉著基督在重生的洗禮中獲得天主的恩寵。但我所說的重生，不是指肉體，而是指靈魂超性的重生，因為肉身是藉著本性的父母而生，而靈魂的重生，却是藉信德；因為「神隨意向那裏吹。」那時，你若是相稱，良心純潔，無可指摘，你就會聽到上主給你說：「做的好！善良的僕人。」

如果在場的人中，有人妄想試探天主的恩寵，他是在欺騙自己，他不知道聖寵的能力。人哪！你要常保持心靈的純樸，因為天主明察隱微。

14. 形哀矜，神哀矜

相遇懺悔，因此讓慈悲從天父流入到我們

適於我們到召叫，神恩，年齡，本領

當我們伸出，直到不自在，那是就會遇見天主啦！

(三) 基督愛意，誰來領受？

1. 大德蘭默想方法論：

- 準備：安置主懷
- 選擇材料：閱讀、研究基督聖像
- 反省材料：誰、什麼、為什麼、原因
- * 交談：愛意、欽崇、謝恩、憂愁、祈求
- 結論：感恩、省察自罪、決志

2. 反省：我們目前用什麼方法來默想？

- 當我領受聖經章節／日課的聖詠，我將做什麼呢？譬如：...

- 先祈禱，求聖神降臨、光照、帶領。
 - 觀看：注意天主如何透過聖言牧民我。
 - 請注意你自己的感受
 - 用微聲誦念聖言
 - 默想
 - 善用你的想像力
 - 發問問題
3. 基督徒為了成長必須做的兩件事
- 默觀基督徒靈修生活內的慈悲奧蹟（請看 4 – 6）
 - 腳踏實地活出這慈悲奧蹟
4. 慈悲奧蹟是什麼？
- 天主奧秘
 - 耶穌與十字架 – 密切關係
 - 天主奧秘；耶穌見證愛德。
 - 軟弱、害怕、敬畏、發抖（參考斐理二 12）
 - 不要用人的人性智慧，必用天主智慧
5. 耶穌基督！
- 耶穌基督是天主聖父的面貌
 - 祂是聖言成為肉體，道生成人
 - 祂是聖父的光輝
 - 祂是天主聖三的具體入世

6. 默觀基督徒靈修生活內的慈悲奧蹟

- 耶穌基督是天主聖父慈悲的面貌
- 耶穌是慈悲的擬人
- 默觀慈悲就是默觀耶穌和祂跟天父的關係及祂救贖的使命。
- 一位基督徒的基因就是默想這慈悲奧蹟及與這奧蹟祈禱。
- 這基因來自悔罪者的心。悔罪者是一位承認自己罪過而擁抱主耶穌基督所賜於的救恩。
- 耶穌是慈悲
- 耶穌就是愛；白白給的愛。
- 祂的奇蹟（特別針對罪人，窮人，邊緣人，病患者，受苦者；都是為了迫切的教導。
- 耶穌基督整個身心靈整合是慈悲的標誌。祂充滿愛，毫無欠缺慈悲。
- 慈悲引導耶穌憐憫五千人的群眾，而餵養他們。
- 慈悲引導耶穌復生寡婦的獨生子。

7. 你如何對待慈悲呢？

- 慈悲處處都在，但人不願意接受。為什麼？
- 當我們走投無路，陷入絕境，沒有出路。腳底下滑擦擦泥淤。神魂飄蕩，心亂如麻……耶穌就在哪，祂伸出援手，並從流沙、從罪惡、從深淵，從邪惡 — 拉你一把。
- 你只需要對你自己狀況有意識，面對事實，而不是重整旗鼓，養傷
- 人願意承認自己是罪人，是莫大的恩寵。
- 耶穌治愈你

- 耶穌將邊緣者治愈，將他們有融入社會的機會，耶穌是我們的模範。

8. 邏輯：理性與信德

- 理性：怕失去在羊棧內的羊（他們已經被救贖的義人）
- 信德：渴求救贖迷失的羊（罪人，冷淡教友，羊棧外的羊）
- 理性：法律學者
- 信德：天主慈悲

信德的邏輯

- 歡迎，擁抱，轉形罪惡成為美善
- 轉化我個人的罪，救贖這個罪人
- 轉變審判為救恩
- 耶穌與癲瘋病人；祂觸摸他 — 耶穌教導我們如何對待身體及靈魂上有疾病的人

9. 真正天主兒女

- 耶穌肯定慈悲不只是聖父的行動；而的確是分辨天主兒女的標竿

10. 厄弗所四 1-7

- 「所以我這在主內為囚犯的懇求你們，行動務要與你們所受的寵召相稱凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中彼此擔待，
- 盡力以和平的聯繫，保持心神的合一，
- 因為只有一個身體和一個聖神，正如你們蒙召，同有一個希望一樣。

- 只有一個主，一個信德，一個洗禮；
- 只有一個天主和眾人之父，他超越眾人，貫通眾人，且在眾人之內。
- 但我們各人所領受的恩寵，卻是按照基督賜恩的尺度。」

11. 基督愛意，誰來領受？

- 個人靈魂直接與基督交談
- 交談時必須慢及誠懇
- 形容來自個人心語
- 交談是內在，是在靜默中進行 — 以語言或內心感觸（例如：愛，感激）交談是持久，但不一定是無間斷；因為必須有關懷的靜默。
- 交談能持續那麼久但不勉強激勵感受
- 交談延伸到與天主密契結合：只問耕耘、不問收穫
- 天主以靈感及光照與我們交談。

(四) 聖神沛降，合而為一

1. 懺悔的人可以做什麼？

- 去辨修和聖事，可是要以懺悔之心來慶祝！
- 有懺悔，就能赦免
- 那麼一個小小的心縫，就足夠天主慈悲流入
- 天主願意尋找迷死亡羊，祂不允許連一個人喪失。祂的慈悲無限大過我們的罪惡； 祂的良藥遠遠超越我們的病患。
- 我們的一切罪惡必被天主的愛而被治愈。
- 天主正在等着我們。

- 若我們願意對主開放，哪怕是一納米的心縫，這就足夠天主施展祂的慈悲，而寬恕我們。
 - 天主很容易被我們感動；我們與天主慈悲的相遇就從我們懺悔罪過開始，從我們痛悔的心出發。
2. 我們要讚美父、子及聖神，
讚頌祂、稱揚祂，直到永遠。
天主在穹蒼之上應受讚美，應受稱讚、應受光榮，直到永遠。
- 「可敬的聖神，求您拔除一切驕傲，一切對主的懷疑，一切肉慾，淫亂，貪婪，怠惰。
 - 求您賜給我力量，勇氣，毅力，忍耐，堅持。
 - 隨著聖母、無染原罪、和諸位天使及聖人的轉禱，我因耶穌之名祈求。」
3. 格前十二 6-7，27
- 職分雖有區別，却是同一天主，在每一個人身上行一切事。
 - 我的全部希望只在於祢的大慈大悲。
 - 一個天主，每一個人，每一件事
4. 勸告：「你們無論做什麼，都要使它成為犧牲，並將為所有侵犯天主的罪孽以贖罪之祭獻給祂、為罪人悔改以哀告獻給祂。
這樣，你必將和平吸引到你的國家。我是你國家的守護天使。
請牢記在心：接受並以順服之心忍受天主將差遣於你的苦難。」
- 太晚，但還有時間！

- 主，我愛祢太晚了。祢是萬古常新的「美」，我愛祢太晚了。
- 人子來，是為尋找並拯救那喪亡的人。
- 祢呼喚過我，高喊過我，並開啟了我的耳聾。
- 為了靈魂，必學習受苦

5. 受苦的秘訣（參考露琪亞）：

- 和平天使之言直接烙印在我們的靈，就如一道光。它使我們理解：天主使誰；祂愛我們如此至深、而祂要被我們愛；我們犧牲的價值和這犧牲如何悅樂祂、而因著對此犧牲的尊敬、天主感化罪人、使他們皈依。
- 上主，但願世局的演變，都遵照祢正義與和平的計劃邁進；並使祢的教會不受任何干擾，常能歡欣鼓舞的侍奉祢。

6. 以讚頌侍奉天主聖三

- 「至聖聖三，聖父、聖子、及聖神，我深切地欽崇你，而我獻給你存在於全球聖體龕最珍貴的聖體、聖血、靈魂及耶穌基督的天主性，以賠補所有侵犯聖子本身的暴行、褻瀆、薄待。而我借重至聖耶穌聖心及聖母無玷之心的無限功績，懇求你使可憐的罪人皈依。」

7. 申 32:39 默 1:18

- 「我使人死，也使人活；我擊傷人，我也治療；
- 我握有死亡和陰府的鑰匙。
- 誰也不能從我的手中救起。」

- 全能的天主，求祢使我們思念純正，常常嚮慕精神的美善，並能以言以行遵奉祢的旨意。

8. 以愛德服務兄弟姊妹

- 七種肉體上的工作又稱「形哀矜」：
- 饑者食之、渴者飲之、裸者衣之、收留旅人、照顧病人、探望囚者、埋葬死者。
- 七種靈性上的工作又稱「神哀矜」：
- 解人疑惑、教導愚蒙、勸人回改、安慰憂苦、赦人侮辱、忍耐磨難、為生者死者祈求。
- 動機！一般善事跟「形哀矜」的分別
- 雖然一般慈善工作和「形哀矜」都是行善，但分別在於促成這些行為的動機。基督徒的愛德行為源於天主的愛(申 6:4-5)和履行作為耶穌門徒的本份：「你應當愛近人如你自己」(瑪 22:35-40, 谷 12:28-31, 路 10:25-28)。
- 出發點是愛，而不是同情或可憐，不是出於感覺或情緒、便利、自身的富足或自我滿足。聖方濟各·沙雷氏曾提倡「無私的愛」，一種把我們的心引領向善，並旨在以跟天主結合的愛。這種愛產生的效果就是：「你們的光也當在人前照耀，好使他們看見你們的善行，光榮你們在天之父」(瑪 5:16)。
- 基督徒的信用卡
- 歡迎邊緣者：肉身的創傷
- 歡迎罪人：靈魂的創傷
- 十字若望：「生命之終，唯一的判斷就是愛」
- 格後十三 11; 羅十五 13

- 弟兄姊妹們！你們要喜樂，努力作完人，服從勸勉，要同心合意，和平相處；
- 這樣，仁愛與平安的天主必與你們同在，阿肋路亞。
- 願賜望德的天主，因著你們的信心，使你們充滿各種喜樂與平安。
- 天主，祢不斷使祢的忠僕們在聖德上登峰造極，曾使聖神的愛火，在聖斐理的心中奇妙的燃燒；求祢也以這同樣的神火燃燒我們心中的愛火，使我們能效法聖人愛主愛人的榜樣。
- 天主，祢上智的安排永不會錯；求祢消除人間的災禍，恩賜我們萬事順遂。

8. 慈悲的天父，

- 我(XXX)現在特別呼求您。
- 我因您的神力被創造。
- 每個呼吸、每個我甦醒的清晨、每個小時，每個時刻 —
- 您的神力使我有朝氣。
- 天主慈悲，聖神沛降
- 天父，
- 我現在懇求您以您的神力充滿我。
- 我還沒有在母腹內形成以前，您已經認識了我，
- 求您再造我，重整我。
- 求您以聖神的治癒聖寵滿溢我，驅除不屬於我的任何實體。
- 我渴望您修補我的殘破，剷除惡性的細胞。
- 求您打通阻塞的血管，改建受損的區域。
- 求您移除一切痰症，治癒任何傳染。

- 願您療傷的溫情，
- 穿越我的身心靈，
- 更新我整個生命，
- 好使我的身體能承行主旨而健全。
- 天父，求您恢復我身心靈的健康，
- 好使我更能一心一意侍奉您。
- 以上所求是靠我們的主基督。

(五) 慈悲自我反省

1. 為什麼需要反省？

- 聖詠五十二
- 你這以作惡為能事的人哪！*
- 怎能以犯罪自誇？
- 你終日包藏禍心，*
- 出口傷人，猶如利刃。
- 你獨愛作惡，厭惡行善，*
- 你偏愛說謊，不講真言。
- 你這虛偽的騙子，*
- 總喜歡造謠生事。
- 因此天主要毀滅你，永遠除掉你，*
- 由人間把你根除，從營幕中把你逐出。
- 義人見了，必會驚愕，*
- 對他冷諷熱嘲說：
- 「看哪！這就是不依靠天主者的下場，*
- 他只知仗恃財富，作惡逞強。」

2. 自我反省六部曲

- 發生了什麼事？
- 那麼，你在想什麼，感受什麼？
- 請點出這個經驗的好與壞。
- 這個經驗使你理解到什麼？
- 那麼，你其實可以做些什麼？
- 如果這事件再發生，你願意如何處事待人？

• 哥三 12-13

「你們是天主所揀選的，所鍾愛的聖徒，因此要有憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良善和忍耐；如果對人有怨恨，該彼此擔待，互相寬恕；你們要寬恕別人，如同主寬恕了你們。」

3. 請注意感受

- 記住：詳細描述你的感受：
- 特別：怒、哀、怕、嫉妒、驕傲
- 請分析
- 評估
- 結論 — 行動計劃
- 行動吧！

4. 自我反省反後

- 自我反省
- 洞見
- 決定

- 行動
5. 大德蘭默想
- 為了與基督交談

大德蘭默想：

準備、選擇材料、反省材料、*交談、結論

- 準備：安置主懷
- 選擇材料：閱讀、研究基督聖像
- 反省材料：誰、什麼、為什麼、原因
- *交談：愛意、欽崇、謝恩、憂愁、祈求
- 結論：感恩、省察自罪、決志